

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ В УКРАЇНІ

Розглянуто основні проблеми соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців в Україні; розроблено теоретичний концепт психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища; емпіричним шляхом вивчено стадії та структуру, співвідношення психологічної адаптації / дезадаптації й особливостей міжгрупового сприйняття мігрантів і місцевого населення, а також виявлено компенсаторні механізми, що зумовлюють успішність психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища.

Ключові слова: вимушені переселенці, соціально-психологічна адаптація, дезадаптація, акультурація, соціокультурне середовище, стресогенне середовище, самовизначення, незалежність, креативність

Постановка проблеми. Внаслідок інтенсифікації міжетнічних контактів недавнім часом відбулось потужне зіткнення різних культур. Часто суперечливі одна одній картини світу, різні системи цінностей зумовили необхідність їх інтегрування на рівні індивідуальної свідомості до психологічної адаптації до іншої системи смислів і цінностей.

Анексія Криму та події на Сході України призвели до переміщення значної кількості громадян. Так, згідно з офіційними джерелами станом на початок 2016 року узято на облік понад 1 млн внутрішньо переміщених осіб. Так звану «зону комфорту» покинуло 16 закладів вищої освіти і 10 наукових установ. Понад 35 тисяч студентів і 3 тисячі викладачів стали вимушеними переселенцями. Нагальним є питання толерантності в суспільстві та адаптації внутрішньо переміщених осіб.

Необхідність вивчення психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища пов'язана з недостатньою розробленістю проблеми: точуться дискусії щодо тлумачення поняття психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища, сутності цього явища, компонентів структури, критеріїв адаптованості/дезатпованості.

Стан дослідження. Різним аспектам проблеми психологічної адаптації в іншому соціокультурному середовищі присвятили свої наукові пошуки дослідники різних галузей науки: І. Галецька, В. Гриценко, Л. Ключникова, Г. Лазос, Н. Лебедева, О. Леонтьєв, Д. Леонтьєв, Л. Дорфман, В. Павленко, Ж. Піаже, Є. Підчасов, А. Реан, Л. Рома-

нюк, С. Рубінштейн, Г. Солдатова, В. Хотинець та інші [1–13]. Однак, незважаючи на значний інтерес науковців до неї, певні аспекти проблеми залишаються малодослідженими. Це стосується особливостей соціально-психологічної адаптації до нового соціокультурного середовища.

Психологічна адаптація до іншого культурного середовища є однією зі сфер теоретичного та емпіричного дослідження процесів акультурації. Приміром, з початку 50-х років XX століття в руслі досліджень адаптації до нового культурного середовища переважають дослідження, присвячені вивченню психологічного потрясіння, пережитого при зіткненні з іншим соціокультурним контекстом, – «культурного шоку», «шоку переходу» або «культурної стомлюваності». Ці поняття об'єднують виражені патологічні феномени (симптоми), що виникають у психічному, фізичному і психологічному самопочутті людей, спричиненому входженням до нового, а значить – певною мірою стресогенного середовища, виявами якого є фіксованість на стані здоров'я, підвищена чутливість, загальна тривожність, дратівливість, психосоматичні розлади, депресія, вразливість у міжособистісних відносинах, відчуття втрати контролю над ситуацією, власна некомпетентність і глобальне відчуття втрати сенсу життя [5; 12].

Виникнення негативних змін у психічному, фізичному і психологічному самопочутті вчені намагалися пояснити, досліджуючи особливості самої ситуації. Відповідно, класичною вже стала теорія страждання (горя) і позбавлення (втрати). Часто поспішна та недостатньо підготовлена міграція супроводжується значною втратою часу, соціального статусу і майна, руйнування емоційних зв'язків з близькими і рідними людьми. Звідси і великий набір патологічних симптомів, які супроводжують «шок переходу». Ці психологічні наслідки травматичного досвіду досліджуються в руслі робіт, присвячених діагностиці та терапії посттравматичних розладів (ПТСР) [5].

Метою нашої статті є вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців зі Сходу та Півдня України (Донецька та Луганська області, АР Крим) до соціокультурного середовища Західного регіону України. Відповідно, завданнями стали розробка теоретичного концепту психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища, розкриття сутності поняття та динаміки її протікання; емпіричне вивчення стадій та структури протікання психологічної адаптації, співвідношення психологічної адаптації/дезаптації до іншого соціокультурного середовища і особливостей міжгрупового сприйняття мігрантів і місцевого населення, а також виявлення емпіричним шляхом компенсаторних механізмів, що зумовлюють

успішність психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища.

Виклад основних положень. Дослідження проводилося у вересні–жовтні 2017 року на вибірці, що складалась з трьох груп студентів різних закладів вищої освіти (далі – ЗВО) м. Львова (Львівський інститут економіки і туризму, Національний університет «Львівська політехніка», Львівський національний університет імені Івана Франка), які представляють регіони України: Донецької ($n = 136$), Луганської ($n = 115$), АР Крим ($n = 28$), Львівської області ($n = 349$).

Оскільки об'єктом нашого дослідження стала психологічна адаптація до іншого соціокультурного середовища, відбір досліджуваних здійснювався за двома ознаками: регіональною – необхідність переходу з однієї регіональної культури в іншу для респондентів, які проживали до вступу до ЗВО всередині своєї регіональної групи; соціальною – адаптація до іншого соціального середовища для респондентів, які живуть поза великими містами. Місцеві респонденти, які проживають у м. Львові, стали контрольною вибіркою.

Дослідження проводилось у формі групової тестової діагностики широкого спектру індивідуальних особливостей з використанням восьми методик: методики діагностики рівня розвитку етнічної самосвідомості (ЕСС) В. Хотинець; методики «Психосемантичний аналіз стереотипів характеру» Д. Пібоді в адаптації А. Шмельова; багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (МЛЮ-АМ) А. Маклакова, С. Чермяніна, методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча в адаптації А. Гоштаугаса, Н. Семенова і В. Ядова; опитувальника для вимірювання базових культурних цінностей (С. Шварц в адаптації Н. Лебедевої); «Я-опитувальника» (Л. Дорфман, М. Рябікова, І. Гольдберг, А. Бикова) [3]; методики діагностики властивостей нервової системи Я. Стреляю; опитувальника структури темпераменту (ОСТ) В. Русалова.

Первинна обробка даних відбувалась на основі самозвітів про приналежність до регіональної групи. За вираженістю показника адаптивних здібностей (методика МЛЮ-АМ А. Маклакова, С. Чермяніна) у переселенців з різних регіонів були створені вісім полярних груп. За результатами дослідження у всіх етнічних групах було виявлено загальні тенденції (див. табл. 1).

У групі високоадаптованих студентів усіх груп порівняно з групою низькоадаптованих більш виражені показники нервово-психічної стійкості ($t = 43,62$; $p \leq 0,001$), комунікативних особливостей ($t = 20,88$; $p \leq 0,001$), моральної нормативності ($T = 11,84$; $p \leq 0,001$).

Таблиця 1

**Середнє значення показників за t-критерієм
у загальній вибірці з урахуванням вираженості
адаптивних здібностей**

Показники методик	N		Середнє значення		t-критерій	Рівень значущості p
	високо адаптовані	низько адаптовані	високо адаптовані	низько адаптовані		
Адаптивні здібності	291	234	108,08	69,87	51,08	0,000
Нервово-психічна стійкість	291	234	71,82	43,23	43,62	0,000
Комунікативність	291	234	20,59	14,18	20,88	0,000
Моральна нормативність	291	234	15,42	12,51	11,84	0,000
Відмінність етносу від інших	291	234	42,27	42,11	0,22	0,828
Близькість зі своїм етносом	291	234	44,19	42,56	1,64	0,101
Особливості свого етносу	291	234	25,95	25,59	0,76	0,447
Мої етнічні особливості	291	234	24,31	23,97	0,62	0,533
Етнічне самовизначення	291	234	217,65	214,94	0,88	0,380

Порівняльний аналіз середніх значень за t-критерієм в регіональній групі студентів-переселенців з Донецької області виявив такі важливі відмінності між групами з високими та низькими показниками адаптивних можливостей (див. табл. 2): у групі високоадаптованих донеччан порівняно з групою низькоадаптованих більш виражені показники нервово-психічної стійкості ($T = 23,70$; $p \leq 0,001$), комунікативних особливостей ($t = 11,62$; $p \leq 0,001$), моральної нормативності ($t = 5,78$; $p \leq 0,001$).

Таблиця 2

**Середнє значення показників за t-критерієм
в регіональній групі студентів-переселенців
з Донецької області з урахуванням
вираженості адаптивних здібностей**

Показники методик	N		Середнє значення		t-критерій	Рівень значущості p
	високо адаптовані	низько адаптовані	високо адаптовані	низько адаптовані		
Адаптивні здібності	75	84	107,25	69,77	27,80	0,000
Нервово-психічна стійкість	75	84	70,55	42,10	23,70	0,000
Комунікативність	75	84	20,95	14,51	11,62	0,000
Моральна нормативність.	75	84	15,48	13,01	5,78	0,000
Відмінність етносу від інших	75	84	40,45	41,64	-1,02	0,312
Близькість зі своїм етносом	75	84	42,77	43,30	-0,33	0,742
Особливості свого етносу	75	84	24,92	24,61	0,41	0,683
Мої етнічні особливості	75	84	22,19	23,30	-1,18	0,239

Порівняльний аналіз середніх значень за t-критерієм в регіональній групі студентів-переселенців з Луганської області показав такі значущі відмінності між групами з високими та низькими показниками адаптивних можливостей (див. табл. 3) у групі високоадаптованих студентів-луганців порівняно з групою низькоадаптованих більш виражених показників нервово-психічної стійкості ($t = 17,33$; $p \leq 0,001$), комунікативних особливостей ($t = 8,45$; $p \leq 0,001$), моральної нормативності ($t = 5,00$; $p \leq 0,001$).

Таблиця 3

**Середнє значення показників за t-критерієм
в регіональній групі студентів-переселенців з Луганської області
з урахуванням вираженості адаптивних здібностей**

Показники методик	N		Середнє значення		t-критерій	Рівень значущості значимості р
	високо адаптовані	низько адаптовані	високо адаптовані	низько адаптовані		
Адаптивні здібності	41	38	107,45	67,76	18,18	0,000
Нервово-психічна стійкість	41	38	71,80	42,18	17,33	0,000
Комунікативність	41	38	20,03	13,05	8,45	0,000
Моральна нормативність.	41	38	15,18	12,42	5,00	0,000
Відмінність етносу від інших	41	38	35,51	36,68	-0,64	0,526
Близькість зі своїм етносом	41	38	40,44	42,39	-0,81	0,423
Особливості свого етносу	41	38	24,39	25,79	-1,14	0,258
Мої етнічні особливості	41	38	23,15	24,61	-1,06	0,293
Етнічне самовизначення	41	38	212,37	213,29	-0,13	0,898

Порівняльний аналіз середніх значень за t-критерієм у місцевій групі студентів Львівської області виявив такі значущі відмінності між групами з високими і низькими показниками адаптивних здібностей (див. табл. 4). У групі високоадаптованих місцевих студентів Львівщини порівняно з групою низькоадаптованих більш виражені показники нервово-психічної стійкості ($t = 31,46$; $p \leq 0,001$), комунікативні особливості ($t = 14,95$; $p \leq 0,001$), моральна нормативність ($t = 9,18$; $p \leq 0,001$) (опитувальник «Адаптивність» МЛО-АМ А. Маклакова), моя близькість з моїм етносом ($t = 2,49$; $p \leq 0,05$), етнічна самовизначеність ($t = 2,26$; $p \leq 0,05$), (методика діагностики рівня розвитку етнічної самосвідомості В. Хотинець).

**Середнє значення показників за t-критерієм
в регіональній групі студентів Львівської області
з урахуванням вираженості адаптивних здібностей**

Показники методик	N		Середнє значення		t-критерій	Рівень значущості Р
	високо адаптовані	низько адаптовані	високо адаптовані	низько адаптовані		
Адаптивні здібності	175	112	108,55	70,65	38,15	0,000
Нервово-психічна стійкість	175	112	72,39	44,43	31,46	0,000
Комунікативність	175	112	20,56	14,32	14,95	0,000
Моральна нормативність	175	112	15,43	12,17	9,18	0,000
Відмінність етносу від інших	175	112	44,63	44,30	0,34	0,736
Близькість зі своїм етносом	175	112	45,68	42,06	2,49	0,013
Особливості свого етносу	175	112	26,76	26,26	0,74	0,462
Мої етнічні особливості	175	112	25,49	24,26	1,64	0,102
Етнічне самовизначення	175	112	222,62	212,65	2,26	0,025

Отже, у всіх етнічних групах виявлені загальні тенденції: у групі високоадаптованих (донецчан, луганців і львів'ян) порівняно з групою низькоадаптованих більш виражені показники нервово-психічної стійкості, комунікативності та моральної нормативності.

Результати дисперсійного аналізу впливу фактора тривалості на полімодальну Я у новому студентському середовищі наведено в таблиці 5 (для донецької вибірки), в таблиці 6 (для луганської вибірки) і в таблиці 7 (для львівської вибірки).

Таблиця 5

**Вплив фактора тривалості на полімодальну Я
у новому соціокультурному середовищі
(середні та стандартні відхилення)
у студентів-переселенців з Донецької області**

Загальна тривалість перебування в новій культурі (курс)	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Перетворююче
1 курс	62	33,00 (5,73)	31,51 (5,50)	39,17 (5,43)	29,80 (4,98)
2 курс	53	35,43 (6,78)	31,61 (6,63)	40,11 (4,56)	29,32 (4,63)
3 курс	55	34,45 (6,85)	31,72 (6,02)	40,83 (4,30)	29,12 (6,27)
4 курс	36	36,75 (5,11)	33,08 (5,78)	42,33 (4,48)	30,16 (3,87)
5 курс	30	24,63 (8,15)	30,46 (5,45)	40,23 (4,23)	29,06 (4,47)

Примітка. Я-Авторське, $F(4,231) = 16,85$, $p \leq 0,000$; Я-Втілене, $F(4,231) = 0,80$, $p \leq 0,50$; Я-Перетворене, $F(4,231) = 2,744$, $p \leq 0,05$; Я-Перетворююче, $F(4,231) = 0,367$, $p \leq 0,80$.

Як видно з таблиці 5, цей фактор зумовив значущий вплив на «Я-Авторське», $F(4, 232) = 16,85$, $p \leq 0,001$ та «Я-Перетворене», $F(4,231) = 2,744$, $p \leq 0,05$.

Статистичні порівняння засвідчили, що показники «Я-Авторського» значно зростають між 1 і 4 курсами ($p \leq 0,01$) і значно знижуються між 1, 2, 3, 4 курсами і 5 курсом ($p1 \leq 0,000$; $p2 \leq 0,000$; $p3 \leq 0,000$; $p4 \leq 0,000$).

Показники «Я-Перетвореного» значно зростають між 1, 2 курсами та 4 курсами ($p1 \leq 0,001$, $p2 \leq 0,05$). Немає значних ефектів фактора тривалості у новій культурі для субмодальності «Я-Перетворене» і «Я-Втілене», що виконують функцію злиття.

**Вплив фактора тривалості на полімодальну Я
у новому соціокультурному середовищі
(середні та стандартні відхилення)
у студентів-переселенців з Луганської області**

Загальна тривалість перебування в новій культурі (курс)	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Перетворююче
1 курс	25	33,28 (4,47)	31,12 (4,31)	41,64 (3,92)	28,84 (4,08)
2 курс	28	34,50 (5,48)	32,04 (5,17)	39,57 (3,76)	30,18 (5,02)
3 курс	21	38,33 (3,17)	34,81 (4,81)	40,62 (5,16)	30,67 (6,47)
4 курс	22	36,50 (5,90)	32,36 (7,58)	40,41 (4,21)	30,00 (6,63)
5 курс	19	34,74 (8,30)	33,00 (7,23)	40,37 (5,49)	29,84 (5,53)

Примітка. Я-Авторське, $F(4,110) = 2,786, p \leq 0,05$; Я-Втілене, $F(4,110) = 1,239, p \leq 0,50$; Я-Перетворене, $F(4,110) = 0,718, p \leq 0,60$; Я-Перетворююче, $F(4,110) = 0,348, p \leq 0,80$.

Як видно з таблиці 6, цей фактор вагомо проявився в «Я-Авторському», $F(4, 114) = 2\ 786, p \leq 0,05$. Статистичні порівняння свідчили, що показники «Я-Авторське» значно зростають між курсами 1, 2 і 3 ($p_1 \leq 0,003$; $p_2 \leq 0,02$) і значно знижуються між 3 і 5 курсом ($p_3 \leq 0,05$). Немає значних ефектів від тривалості існування в новій культурі у субмодальностях «Я-Перетворене», «Я-Втілене» і «Я-Перетворююче».

Як видно з таблиці 7, фактор тривалості перебування цієї когорти в новій культурі вагомо не проявився у субмодальності «Я-Авторське», «Я-Втілене», «Я-Перетворене», «Я-Перетворююче» у вибірці студентів Львівської області. Показники фактора впливу адаптивних можливостей до нового соціокультурного середовища на полімодальну Я наведено в таблиці 8 (для донецької вибірки), в таблиці 9 (для луганської вибірки) і в таблиці 10 (для львівської вибірки).

Таблиця 7

**Вплив фактора тривалості на полімодальну Я
у новому соціокультурному середовищі
(середні та стандартні відхилення) у студентів Львівської області**

Загальна тривалість перебування в новій культурі (курс)	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Перетворююче
1 курс	95	35,77 (5,49)	34,10 (5,56)	41,42 (4,89)	29,80 (4,71)
2 курс	71	37,11 (6,23)	34,70 (6,21)	42,38 (4,56)	29,19 (5,92)
3 курс	46	36,60 (7,96)	33,73 (7,64)	42,17 (6,06)	29,78 (7,17)
4 курс	55	36,98 (6,53)	35,47 (5,77)	42,83 (4,14)	30,03 (6,12)
5 курс	36	35,33 (6,85)	35,22 (6,22)	41,41 (3,99)	31,58 (4,71)

Примітка. Я-Авторське, $F(4,298) = 0,841$, $p \leq 0,50$; Я-Втілене, $F(4,298) = 0,731$, $p \leq 0,50$; Я-Перетворене, $F(4,298) = 1,023$, $p \leq 0,50$; Я-Перетворююче, $F(4,298) = 1,076$, $p \leq 0,50$.

Таблиця 8

**Вплив фактора адаптивних здібностей на полімодальну Я
(середні та стандартні відхилення)
вибірки студентів-переселенців Донецької області**

Рівні адаптивних здібностей	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Перетворююче
високоадаптовані	77	34,71 (6,83)	32,18 (6,46)	41,23 (5,18)	29,12 (4,57)
низькоадаптовані	86	32,10 (8,07)	30,76 (5,59)	39,82 (4,62)	30,12 (5,12)

Примітка. Я-Авторське, $F(1,161) = 4,895$, $p \leq 0,03$; Я-Втілене, $F(1,161) = 2,239$, $p \leq 0,1$; Я-Перетворене, $F(1,161) = 3,362$, $p \leq 0,07$; Я-Перетворююче, $F(1,161) = 1,704$, $p \leq 0,1$.

Як видно з таблиці 8, фактор «адаптивних здібностей» ефективно проявився в «Я-Авторському» у вибірці донецьких студентів, $F(1,161) = 4,895, p \leq 0,03$ і в якості тенденції – у «Я-Перетвореному», $F(1,161) = 3,362, p \leq 0,07$.

Ці показники свідчать про те, що в групі високоадаптованих студентів-переселенців з Донецької області до львівського студентського урбанізованого середовища значно вищі показники «Я-Авторського» ($p \leq 0,03$) і – на рівні тенденції – показники «Я-Перетворюючого» ($p \leq 0,07$).

Таблиця 9

Вплив фактора адаптивних здібностей на полімодальну Я (середні та стандартні відхилення) у вибірці студентів-переселенців з Луганської області

Рівні адаптивних здібностей	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Повторююче
високоадаптовані	41	37,39 (3,67)	33,44 (5,53)	40,93 (3,27)	29,09 (5,47)
низькоадаптовані	38	34,10 (5,67)	32,05 (6,16)	40,87 (5,11)	32,20 (5,73)

Примітка. Я-Авторське, $F(1,77) = 9,498, p \leq 0,003$; Я-Втілене, $F(1,77) = 1,111, p \leq 0,5$; Я-Перетворене, $F(1,77) = 0,004, p \leq 0,9$; Я-Перетворююче, $F(1,77) = 6,101, p \leq 0,02$.

Як видно з таблиці 9, фактор «адаптивні здібності» проявився у «Я-Авторському» у вибірці студентів-переселенців з Луганської області, $F(1,77) = 9,498, p \leq 0,003$ та «Я-Перетворене», $F(1,77) = 6,101, p \leq 0,02$.

Ці значення свідчать про те, що показники «Я-Авторського» значно вищі в групі високоадаптованих до студентського середовища студентів Луганської області ($p \leq 0,003$). Показники «Я-Перетвореного», навпаки, значно вищі в групі низькоадаптованих луганців ($p \leq 0,02$).

Як видно з таблиці 10, фактор «адаптивних здібностей» мав значні ефекти прояву в «Я-Авторському» у вибірці студентів Львівської області, $F(1,186) = 5,949, p \leq 0,02$ та «Я-Перетворене», $F(1,186) = 7,495, p \leq 0,01$. Ці результати свідчать про те, що показники «Я-Авторське» значно вищі в групі високоадаптованих до сту-

дентського середовища студентів Львівщини ($p \leq 0,02$). Показники «Я-Перетворене», навпаки, значно вищі в групі низькоадаптованих студентів Львова ($p \leq 0,01$).

Таблиця 10

**Вплив фактора адаптивних здібностей на полімодальну Я
(середні та стандартні відхилення)
у вибірці студентів Львівської області**

Рівні адаптивних здібностей	n	Авторське	Втілене	Перетворене	Перетворююче
високоадаптовані	100	37,21 (6,27)	34,50 (5,44)	41,76 (5,23)	28,28 (5,93)
низькоадаптовані	88	34,93 (6,51)	33,38 (6,92)	41,56 (5,16)	30,59 (5,58)

Примітка. Я-Авторське, $F(1,186) = 5,949$, $p \leq 0,02$; Я-Втілене, $F(1,186) = 1,519$, $p \leq 0,2$; Я-Перетворене, $F(1,186) = 0,064$, $p \leq 0,1$; Я-Перетворююче, $F(1,186) = 7,495$, $p \leq 0,01$.

Всупереч припущенням про те, що на початкових етапах психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища найбільше буде виражена субмодальність «Я-Втілене», що зумовить спрямованість на дружелюбність, залежність, з'ясувалося, що ця субмодальність вільна від впливу фактора тривалості існування у новому середовищі у студентів-переселенців з Донецької та Луганської областей. Отже, ми можемо говорити про входження студентів і з Донецької, і з Луганської області у Львівське урбанізоване студентське середовище. Причому для студентів-переселенців з Донецької області характерне входження в інше середовище не як злиття (субмодальності «Я-Авторське» і «Я-Перетворене» виконують функцію відокремлення «Я» від «Інший»), а входження як встановлення певної дистанції – дистанції збереження себе, своєї ідентичності та дистанції терпимості (толерантність) до львівського студентського середовища з боку студентів з Донеччини.

Ці результати збігаються з раніше отриманими фактами про активне збереження східноукраїнськими регіонами своїх регіональних (культурних) цінностей і про деяку подвійність у самовизначенні студентів-донеччан: прагнення до злиття з українським етносом і водночас відокремлення від нього. Тобто студенти-переселенці з Донецької області знаходяться наче «поза» і в той же час «всередині» студентського співтовариства.

Висновки. Теоретичний концепт динаміки психологічної адаптації до іншого соціокультурного середовища як змінних уявлень людини про свою метаіндивідуальну світобудову при залученні до іншого соціокультурного середовища набув емпіричного підтвердження: входження в іншу культуру супроводжується значимим зростанням показників «Я-Авторське» і «Я-Перетворене» у вибірці студентів-переселенців з Донецької області та показників «Я-Авторське» у вибірці студентів-переселенців з Луганської області. Ці субмодальності вказують на самостійність (відособлення), автономність, самовизначення, незалежність, креативність («Я-Авторське») і самостійність (відособлення), терпимість («Я-Перетворене»).

1. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації / І. Галецька // Соціогуманітарні проблеми людини. – 2005. – № 1 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p091.php>.

2. Гриценко В. В. Роль индивидуальных различий в процессе адаптации вынужденных мигрантов / В. В. Гриценко // Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы; под ред. Г. У. Солдатовой. – М.: Смысл, 2001. – С. 112–138.

3. Дорфман Л. Я. Новая версия Пермского вопросника Я // Творчество в образовании, культуре, искусстве / Л. Я. Дорфман, М. В. Рябикова, И. М. Гольдберг, А. Н. Быков, А. А. Ведров; ред. колл. Е. А. Малянов, Л. А. Шипицина, Л. Я. Дорфман, С. И. Корниенко, К. Мартиндейл. – Пермь: Пермский государственный ин-т искусства и культуры, 2000. – С. 179–183.

4. Ключникова Л. В. Взаимосвязь социально-психологической адаптации переселенцев и межгруппового восприятия (на примере немцев, выехавших из стран СНГ на постоянное место жительства в Германию): автореф. дисс. на соиск. уч. степ. канд. психол. наук / Л. В. Ключникова. – М., 2001. – 25 с.

5. Лазос Г. П. Психологічна допомога внутрішньо переміщеним особам (на прикладі роботи з переселенцями з Криму) / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко та ін. // Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посібник. – К.: Логос, 2015. – 206 с. – С. 26–46.

6. Лебедева Н. М. Введение в этническую и кросс-культурную психологию: учеб. пособие / Н. М. Лебедева. – М.: Изд. Дом «Ключ-С», 1999. – 224 с.

7. Леонтьев Д. А. Симбиоз и адаптация или автономия и трансценденция: выбор личности в непредсказуемом мире / Д. А. Леонтьев // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества; под ред. Е. И. Яцуты. – Кемерово: ИПК «Графика», 2002. – С. 3–34.

8. Павленко В. Н. Аккультурационные стратегии и модели трансформации идентичности у мигрантов / В. Н. Павленко // Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы; под ред. Г. У. Солдатовой. – М.: Смысл, 2001. – С. 25–39.

9. Підчасов С. В. Теоретичний аналіз основних підходів до проблеми адаптації особистості в психології / С. В. Підчасов // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. – 2012. – Вип. 42 (1). – С. 179 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VKhnpu_psykhol_2012_42

10. Реан А. А. Психология адаптации: учебно-научное издание / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – СПб.: Медицинская пресса, 2002. – 352 с.

11. Романюк Л. В. Психология соціального впливу на становлення цінностей у контексті їх структурної еквівалентності / Л. В. Романюк // Проблеми загальної та педагогічної психології: збірник наукових праць інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України; за ред. С. Д. Максименка. – К., 2009. – Т. XI, част. 1. – С. 467–473.

12. Солдатова Г. У. Психология беженцев и вынужденных переселенцев: опыт исследований и практической работы / Г. У. Солдатова. – М.: Знание, 2001. – 279 с.

13. Хотинец В. Ю. О возможности отражения в этнических стереотипах типичных черт национального характера / В. Ю. Хотинец // Идентичность и толерантность: сб. статей; под ред. Н. М. Лебедевой. – М.: Ин-т этнологии и антропологии РАН, 2002. – С. 266–284.

Гуменюк Л. И., Бреус А. О. Социально-психологическая адаптация вынужденных переселенцев в Украине

Рассмотрены основные проблемы социально-психологической адаптации вынужденных переселенцев в Украине; разработан теоретический концепт психологической адаптации к иной социокультурной среде. Эмпирическим путем изучены стадии и структура, соотношение психологической адаптации/дезадаптации и особенности межгруппового восприятия мигрантов и местного населения. Определены компенсаторные механизмы, обуславливающие успешность психологической адаптации к иной социокультурной среде.

Ключевые слова: *вынужденные переселенцы, социально-психологическая адаптация, дезадаптация, аккультурация, социокультурная среда, стрессогенная среда, самоопределение, независимость, креативность.*

Gumeniuk L. Y., Breus A. O. Socio-psychological adaptation of forced migrants in Ukraine

The article deals with the main problems of social-psychological adaptation of forced migrants in Ukraine. Crimean annexation and events in the East of Ukraine led to the displacement of a significant number of citizens. The issue of tolerance in society and the adaptation of internally displaced persons remains pressing in the country. The research was conducted among students-migrants from the East and South of Ukraine in the form of a group test diagnostics of a wide range of individual features using eight methods: the methodology for diagnosing the level of ethnic self-awareness development (ECS) V. Khotynets; the methodology «psychosemantic analysis of character stereotypes» by D. Pibodi in adaptation of A. Shmelev; the multilevel personal questionnaire «Adaptability» (MLO-AM) A. Maklakov, S. Chermianin, «Value orientations» techniques of

M. Rokich in the adaptation of A. Hoshtautas, N. Semenov and V. Yadov; the questionnaire for measuring basic cultural values (S. Schwartz in the adaptation of N. Lebedeva); «I-questionnaire» (L. Dorfman, M. Riabikova, I. Holdberg, A. Bykova); the methods of diagnosing the properties of the nervous system Ya. Streliau; the questionnaire of the temperament structure (OST) V. M. Rusalov.

According to the results of the study, it is possible to speak about the full-fledged entry of students from both Donetsk and Luhansk regions into Lviv urbanized student environment. Moreover, for migrant students from Donetsk region, entering into a different environment is characterized not as a merger, but as an establishment of a certain distance – the distance of preserving oneself, its identity and the distance of tolerance towards the Lviv student environment. These results correlate with other data on the active preservice of regional (cultural) values by the Eastern Ukrainian regions and on some duality in the self-determination of the students of Donetsk region: the desire to merge with the Ukrainian ethnos and, at the same time, to separate from it. That is, migrant students from Donetsk region are «outside» and, at the same time, «inside» the student community.

Key words: *forced migrants, socio-psychological adaptation, disadaptation, acculturation, socio-cultural environment, stressed environment, self-determination, independence, creativity.*

Стаття надійшла 21 грудня 2017 р.

УДК 159.99

М. С. Гуцман

ПРОБЛЕМА САМОРЕГУЛЯЦІЇ СТРЕСУ В КОНТЕКСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНО-СТРУКТУРНОЇ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Проаналізовано генезу досліджень стресу у психологічній літературі вітчизняних та зарубіжних науковців, а також особливості його саморегуляції на рівні інтегральної функціонально-структурної властивості особистості. Зокрема висвітлено актуальні напрями дослідження стресу в сучасній психологічній науці.

Наголошено на ролі індивіда у протидії стресу на основі задіяння ним копінг-стратегій, які забезпечують підтримку ефективності функціонально-структурної властивості особистості.

Ключові слова: *стрес, стресостійкість, адаптивна поведінка, психічна адаптація, механізми захисту, стратегії подолання.*

Постановка проблеми. *Сучасні умови сьогодення наповнені багатоманітністю стресогенних факторів, які спричинюють затрати*